USE AND ABUSE OF TOBACCO

BY

SAUT CORRY DUTT

তামাকের গুণ ও দোষ।

শ্রীসাতকড়ি দত্ত

প্রণীত।

শ্রীরাজেন্দ্রনাথ ঘোষ দ্বারা

প্রকাশিত

দ্বিতীয় সংস্করণ।

কলিকাতা।

বেদব[illegible] যন্ত্রে

শ্রীশিবচন্দ্র ঘোষ কর্তৃক মুদ্রিত।

সন ১২৯৪।

মূল্য ৵০ আনা।

বিজ্ঞাপন।

প্রায় চারিবৎসর অতীত হইল, আমি তামাক প্রভৃ মাদকদ্রব্যের গুণ ও দোষ বিষয়ক একটী প্রবন্ধ লিখিতে প্রবৃত্ত হই। কিন্তু হঠাৎ উদরাময় ও স্নায়ু-শূল রোগে আক্রান্ত হওয়াতে তাহা সম্পূর্ণ করিতে পারি নাই; তামাকের বিষয় যে টুকু লেখা হইয়াছিল, তাহা ১২৭২ সালের ২ জ্যৈষ্ঠ সোম প্রকাশে প্রকাশিত হয়। এক্ষণে সুরাপান নিবারিণী সভার কয়েক জন সভ্যের অনুরোধে উক্ত বিষয়টী বর্দ্ধিত ও পরিবর্ত্তিত করিয়া মুদ্রিত করিলাম; যদি ইহা পাঠ করিয়া এক ব্যক্তিও তামাকের ধূমপানে বিরত হন, তবে শ্রম সার্থক জ্ঞান করিব।

কলিকাতা
গবর্ণমেণ্ট পাঠশালা
১০ই শ্রাবণ ১২৭৫

শ্রীসাতকড়ি দত্ত।

প্রকাশকের বিজ্ঞাপন।

বঙ্গদেশে তামাক সম্বন্ধীয় লেখকদিগের মধ্যে গ্রন্থকার একজন প্রাচীন, প্রসিদ্ধ ও বহুদর্শী। কুড়ি বৎসর পূর্ব্বে তামাকের গুণ ও দোষ বিষয়ক তাঁহার একটি প্রবন্ধ সোমপ্রকাশ নামক সংবাদ পত্রে প্রথম প্রকাশিত হয়। তৎপরে তিনি উহা পুস্তকাকারে একবার প্রকাশ করেন।

অতি অল্পদিন মধ্যেই মুদ্রিত সমস্ত পুস্তক একেবারে নিঃশেষিত হইয়া যায়। নানা কারণে তাহা আর মুদ্রিত হয় নাই। অনেক সভা ও সমাজ-সংস্কারক মহাত্মা তামাকের বিষয়ে বিশেষ আন্দোলন করিয়াছেন, এবং তাহার ফলও প্রথম প্রথম মন্দহয় নাই। কিন্তু বাঙ্গালায় যতই শিক্ষার বাহুল্য হইতেছে, ততই বাঙ্গালি সন্তানদিগের নৈতিক উন্নতির পথে নানা কণ্টক আসিয়া পড়িতেছে। আজ কাল অতি অল্প বয়স হইতেই বালকদিগকে ধূমপানের দাস হইতে দেখা যায়। পশ্চাত্য শিক্ষার বাহ্য চাকৃচিক্যে মুগ্ধহইয়া বাঙ্গালি সন্তানেরা ক্রমশঃই অধঃপাতে যাইতেছে। বিদেশীয় দিগের অনুকরণে তাহাদের মধ্যে সিগার ও সিগারেটের এতাধিক প্রচলন হইয়াছে, যে কুত্রাপি চুরট ও দেসলাই-বাক্স ভিন্ন তাঁহারা ভ্রমণ করেন না। অতি অল্প বয়স হইতে তামাক সেবনের দ্বারা শারীরিক ও মানসিক ক্রিয়াদির যে মহানিষ্ট সাধিত হয় তদ্বিষয়ে তাঁহারা সম্পূর্ণ অজ্ঞ। যাহাতে তাঁহারা তামাকের এই মহাপকারিতা সুন্দর রূপে হৃদয়ঙ্গম করিয়া তৎপরিত্যাগ করিতে যত্নশীল হন তজ্জন্য গ্রন্থকার মহাশয় কর্ত্তৃক পূর্ব্বাপেক্ষা ইহা বিস্তৃত করিয়া লিখিত হইল এবং কতিপয় সুপ্রসিদ্ধ চিকিৎসকগণের এতৎসম্বন্ধীয় মতও এই পুস্তকে সন্নিবিষ্ট করা হইল।

নিবাধই
১লা বৈশাখ—১২৯৪।

প্রকাশক
শ্রীরাজেন্দ্র নাথ ঘোষ।

তামাকের গুণ ও দোষ।

—(ঃ)—

পূর্ব্বকালে ভারতবর্ষে এই প্রথা ছিল, যে কোন অভ্যাগত বা মান্য ব্যক্তি গৃহে উপনীত হইলে সর্ব্বাগ্রে পাদ্য ও অর্ঘ্য দান দ্বারা তাঁহার সমুদাচার সম্পাদন করা হইত। পশ্চিমাঞ্চলে অদ্যাপি এ প্রথা একেবারে অপনীত হয় নাই। তথায় উপাগত ব্যক্তির হস্তে সুগন্ধি পুষ্পগুচ্ছ প্রদত্ত হইয়া থাকে। বাঙ্গালায় তামাক তাহার প্রতিনিধি হইয়াছে। কাহার বাটীতে গমন করিলে গৃহস্থ অগ্রে এদেশে তামাক (অর্ঘ্য) পরে পা-ধোবার জল (পাদ্য) প্রদান করিয়া থাকে। মান্য ব্যক্তি গৃহে উপনীত হইলে, তামাক দিয়া আগে তাহার মান রক্ষা করা হয়। তামাকের ধূম পান অনুরোধে অনেক অপরিচিত পথিকের সহিতও আলাপ পরিচয় হইয়া থাকে; ধূম পান যন্ত্র সকল রজতমণ্ডিত করিয়া লোকে আপনার ঐশ্বর্য্যের পরিচয় দান জন্য সমারোহ স্থলে উপস্থিত করিয়া থাকে, প্রতিদিন আহারের দ্রব্য সামগ্রীর ন্যায় তামাকও সংসারের একটী আবশ্যক দ্রব্য হইয়া উঠিয়াছে।

যে দেশে তামাকের এত আদর, এত মান, এত প্রয়োজন; যে দেশে উহা এত বহুল প্রচার, তথায় তাহার দোষ বর্ণনা করিয়া যে কেহ সহজে পার পান এমন বোধ হয় না; এক্ষণে সানুক ন-

সিস্‌কো হইতে পূর্ব্বে ওকোহামা পর্য্যন্ত; শ্বেত সাগরের উর্দ্ধ-কূল হইতে হরণ্ অন্তরীপ পর্য্যন্ত যে বিষপান অমৃতপান স্বরূপ হইয়া উঠিয়াছে, স্তন্যপায়ী শিশু অবধি অশীতিপর বৃদ্ধ পর্য্যন্ত যাহার সেবায় রত; তাহার দোষ প্রদান করিয়া কে পার পাইবে? তবে এই মাত্র ভরসা আছে, প্রত্যক্ষ-প্রমাণের পশ্চাতে দাঁড়াইলে কেহ আক্রমণ করিতে পারিবেন না। তামাকের ইতিহাস—১৫৫৯ খৃষ্টাব্দে হারন্যান্‌ডেজ্ ডি টলিড্যো নামক একজন স্পেন দেশীয় সম্ভ্রান্ত লোক আমেরিকা হইতে এই উদ্ভিদ ইয়ুরোপে আনয়ন করে; টোবা গো দ্বীপে উৎপন্ন বলিয়া উহার টোবাকু নামকরণ হইয়াছে; তামাক টোবাকুর অপভ্রংশ শব্দ। স্পেন হইতে "নিকর্ট" নামক এক ব্যক্তি কর্ত্তৃক উহা ফ্রান্সে আনীত হয়; এজন্য তামাকের বৈজ্ঞানিক নাম "নিকসিয়ানা" এবং উহার তৈলের নাম "নিকটিন্।" ফ্রান্স হইতে তামাক পোপ রাজ্যে আনীত ও ব্যবহৃত হয়।

১৫৮৫ অব্দে সর ওয়াল্টার্ রালে আমেরিকা হইতে ইংলণ্ডে প্রত্যাবৃত্ত হয়েন; তিনি সর্ব্ব প্রথমে ইংলণ্ডে তামাক আনয়ন ও ব্যবহার করেন। তৎকালে তত্রত্য পুরোহিতবর্গ, চিকিৎসকগণ ও রাজবংশীয়েরা ইহার (তামাকের) বিষম বিদ্বেষী ছিলেন, এজন্য তামাক ইংলণ্ডে সাধারণে শীঘ্র ব্যবহার করিতে পারে নাই। সর্ব্বত্রই এই রীতি, যে বড় লোকের আচার ব্যবহার রীতি নীতি দেখিয়া সাধারণে তৎসমুদয়ের অনুবর্ত্তী হইয়া পড়ে। ইংলণ্ডেও কএক জন সম্ভ্রান্ত ধনশালী লোকক্রে তামাক

ব্যবহার করিতে দেখিয়া সাধারণ লোকে তাহার অনুকরণ করিতে প্রবৃত্ত হইল। ইংলণ্ড হইতে প্রায় সমুদায় ইয়ুরোপে তাহা আনীত ও ব্যবহৃত হয়। তৎকালে এসিয়াস্থ লোকেরা ইয়ুরোপীয়দের সহিত বাণিজ্য অনুরোধে ভূমধ্যসাগরস্থ লেভাণ্ট ও কাস্পিয়ান হ্রদ সন্নিহিত বন্দর প্রভৃতি স্থানে সম্মিলিত হইত; তামাক এই সুযোগে সংক্রামক রোগের ন্যায়,—ক্ষত স্থান হইতে সর্ব্ব শরীরে সর্পবিষ ব্যাপ্ত হওনের ন্যায়,—সিরক্কু নামক বিষময় বায়ু পরিব্যাপ্তির ন্যায়, এসিয়ার সর্ব্বস্থানে আসিয়া উপনীত হইয়াছে। এই ভূখণ্ডে ভালর অপেক্ষা মন্দরই শীঘ্র বাড়াবাড়ি হইয়া উঠে, সুতরাং তুরস্ক তাতার প্রভৃতির লোকেরা ইহার এমনি বশীভূত হইয়া পড়িল যে ইয়ুরোপীয়েরা এবিষয়ে তাহাদের আর সমকক্ষ থাকিতে পারিল না। তাতার দিগের দিক্বিজয় ও সার্থবাহকদিগের বাণিজ্যের সহিত তামাক আফ্রিকা ও এসিয়ার সমস্ত দেশে প্রচলিত হইল।

ইয়ুরোপীয় ইতিহাস বেত্তারা তামাকের জন্মস্থান নামকরণ ও সর্ব্বত্র পরিব্যাপ্তির কাহিনী এইরূপ নির্দ্দেশ করিয়াছেন; কিন্তু ইহার পূর্ব্বে তামাক ভারতবর্ষে ছিল, তাহার প্রমাণ প্রাপ্ত হওয়া যাইতেছে। বেদ ও মনুসংহিতা প্রভৃতি অতি প্রাচীন গ্রন্থে তামাক অথবা ভিন্ন নামধারী ঐরূপ কোন প্রকার দ্রব্যের নামোল্লেখ নাই; ইহাতে বোধ হয়, আর্য্য ব্রাহ্মণেরা যখন চক্ষুষ নদীর সন্নিহিত স্থান হইতে এদেশে আসিয়া সরস্বতী

ও দৃশদ্বতী নদীর মধ্যস্থিত ব্রহ্মাবর্ত্তে বাস করিয়াছিলেন, তখন তাঁহাদের মধ্যে তামাক্ ব্যবহার ছিল না।

হিমাচলের তিন স্তরে পৃথিবীর তিন মণ্ডলের উদ্ভিদ জন্মিয়া থাকে; তামাক ও উহার অন্যতম স্তরে স্বতঃই জন্মিয়া থাকিবেক। এ দেশের আদিম নিবাসী অনার্য্য জাতীয় লোকে আমেরিকার আদিম নিবাসীদিগের ন্যায় হয় ত উহা ব্যবহার করিত; পরে আর্য্যেরা আসিয়া উহার গুণ অবগত হইলে সর্ব্বাগ্রে ঔষধরূপে ব্যবহার করিয়া থাকিবেন। কোন বৈদ্যকে লিখিত আছে;—

কলঞ্জসংবেষ্টনধূমপানাৎ স্যাদ্দন্তশুদ্ধির্মুখ রোগহানি।
কফঘ্নমামজ্বরহানিকৃচ্চ গান্ধর্ব্ববিদ্যা প্রবণৈকসেব্যং॥

উক্ত বৈদ্যক গ্রন্থ আর্য্যদিগের এদেশে আগমনকালের তুলনায় আধুনিক বটে, কিন্তু মুসলমানদের এদেশ প্রবেশের কাল অপেক্ষা পুরাতন। আর্য্যবৈদ্যেরা দন্তশুদ্ধি প্রভৃতির জন্য কলঞ্জ-সংবেষ্টনধূমপানের যে ব্যবস্থা দিয়াছেন, তাহাও আধুনিক বলিয়া অনুমিত হয়। ফলে আর্য্যবৈদ্যেরা তামাক্ এদেশে ঔষধরূপে ব্যবহার করিতেন, পরে মুসলমানেরা উহা বিলাসিতার অথবা নেসার জন্য ব্যবহার করিয়াছে, তাহাতে আর সন্দেহ নাই।

কলঞ্জ তামাকের একটী প্রতিশব্দ; তদ্ভিন্ন কলঞ্জ শব্দে বিষাস্ত্রহত মৃগ পক্ষীকেও বুঝায়। অনুমান হয়, আফ্রিকা ও আমেরিকার আদিম নিবাসীদিগের ন্যায় ভারতবর্ষের আদিম

অনার্য্য জাতীয়েরাও কলঙ্ক নিষ্পীড়িত রস রূপ বিষলিপ্ত শর দ্বারা মৃগয়া করিত। কলঙ্ক রসে নিহত পশু পক্ষীর নামও এজন্য কলঙ্ক হইয়া থাকিবেক।

তামাক, বেলেডোনা ধুতুরা প্রভৃতি বিষধর্ম্মী উদ্ভিদ জাতির অন্তর্গত। ইহার ক্বাথ ফান্ট ও তৈল মাদক ও ভয়ানক তীব্র বিষ। সুরা ও জল দ্বারা এই বিষময় সারভাগ তামাকের পত্র হইতে পৃথক্ করিয়া লওয়া যাইতে পারে। অগ্নিসন্তাপ পাইলে উহা সহজে নির্গত হয়।

তামাক সাধুসেব্য নহে। পুরাকালীন ভূপাল ও ঋষিরা যে তামাকের ধূমপান করিতেন না, রামায়ণ মহাভারত ও পুরাণাদিতে উহার উল্লেখ না থাকাতেই তাহা সপ্রমাণ হইতেছে। ১৫৫৯ খৃষ্টাব্দের পূর্ব্বে এই দ্রব্য ইউরোপে ব্যবহৃত ছিল না; তৎপরে ব্যবহৃত হইলেও পুরোহিতবর্গ ও ভূপতিরা তামাকের বশীভূত হয়েন নাই, বরং যাহারা এই কদভ্যাসের দাস হইত, তাহাদিগকে দণ্ড দিতেন। এককালে রুষিয়াতে তামাক সেবনের নাসিকাচ্ছেদন দণ্ড ছিল। ১৭৭১ অব্দে সুইজর্লণ্ডে তামাক নিষেধবিধি বাইবলের দশটী ঈশ্বরাজ্ঞার সহিত একত্রিত করা হইয়াছিল। তথায় পরদারাপহরণ অপেক্ষা এই ধূমপান দোষ অত্যল্প মাত্র অগুরু অনুমিত হইত। ইংলণ্ডের অধিপতি প্রথম জেম্‌স ১৬০৩ অব্দে তামাকের দোষ প্রদর্শনানন্তর একখানি পুস্তক প্রচার করিয়াছিলেন। তাঁহার এমন ইচ্ছা ছিল না, যে তাঁহার প্রজারা এই জঘন্য অভ্যাসের বশীভূত হয়। এত-

দ্ভিন্ন পোপ অর্বাণ, পোপ ইনোসেণ্ট এবং সুলতান অমরাথ প্রভৃতি ধর্ম্মাধিপ ও নরাধিপেরা এই কুৎসিত ব্যবহারের গুরুতর দণ্ড বিধিবদ্ধ করিয়াছিলেন।

এক্ষণে আমাদের দেশে অনেক ব্রাহ্মণ পণ্ডিত এ অভ্যাসের অধীন দৃষ্ট হন না। তাঁহারা উহাকে অসেব্য মাদক মধ্যে গণনা করিয়া থাকেন। বাঙ্গালা দেশে ধূমপান বহুল প্রচার হইয়াছে বটে, কিন্তু গুরুলোকেব সমক্ষে কেহ তামাক খায় না; ইহাতে স্পষ্ট বোধ হইতেছে, যে অন্যান্য মাদকের মত তামাকও অসেব্য বলিয়া গুরুলোকের সাক্ষাতে কেহ সেবন কবিতে সাহসী হয় না। কোন ব্যক্তির এমন ইচ্ছা দৃষ্ট হয় না, যে তাঁহার পুত্র তামাক খাইতে অভ্যাস করে, যদি উহাতে কোন দোষ না থাকিত, তবে পুত্রকে আপন সম্মুখে ধূমপান করিতে দেখিলে কেহ নিষেধ ও তাড়না করিতেন না, বরং অন্যান্য আবশ্যক দ্রব্য সকলের ন্যায় উহাও তাহাদিগকে ব্যবহার করিতে দিতেন।

তাম্রকূট গুড় ম্রক্ষিত হওয়াতেই উহার গুড়ুক নাম হইয়াছে। বাঙ্গালা ভাষাতে দোক্তা শব্দের কোন অর্থ পাওয়া যায় না, বোধ হয় দোক্তা পারসীক শব্দ; এতদ্ভিন্ন হুঁকা, ছিলিম, শঠকা, আলবোলা, বিদ্‌বি, ফর্‌শী, তাওয়া ইত্যাদি পারসীক শব্দ। গুড়ুক মুসলমানদের দ্বারাই প্রথমে প্রস্তুত হয়। অদ্যাপি ইস্তাম্বুল নগরী (কনষ্টাণ্টিনোপল্) গুড়ুক প্রস্তুত করিবার প্রসিদ্ধ স্থান।

বাঙ্গালাতে সর্ব্বাগ্রে নস্যমাত্র ব্যবহার হইয়াছিল বোধ হইতেছে ; গুড়ুক পূর্ব্বে এখানে ব্যবহৃত হয় নাই ; গুড়ুকের যন্ত্র যে হুঁক্কা তাহাও বিজাতীয় শব্দ ; অতএব স্পষ্ট বোধ হইতেছে, হুঁক্কাতে তামাকের ধূমপান করিবার প্রথা বাঙ্গালাতে মুসলমানদিগের সঙ্গেই আসিয়াছে, অর্থাৎ ৬৮৪ বৎসর পূর্ব্বে উহা এদেশে ব্যবহৃত হয় নাই। কেহ কেহ বলেন, জাহাঙ্গির বাদসাহের সময় এ দেশে গুড়ুকের প্রচলন হইয়াছে।

বাঙ্গালাতে তামাক এক্ষণে পাঁচ প্রকারে ব্যবহৃত হয় ; যথা, চুরট, তামাক পোড়া, তাম্বুল সহিত, নস্য, এবং গুড়ুক। চুরট প্রভৃতি প্রথমোক্ত তিন প্রকারে তামাক ব্যবহার করিলে অধিক পরিমাণে লালা ক্ষরিত হয়। লালা অন্ন পরিপাকের এক প্রধান উপকরণ। এইরূপে অনর্থ লালার অপক্ষয় হইলে পরিপাক ক্রিয়ারও ব্যতিক্রম হয়।

নিয়ত নস্য ব্যবহারে নাসিকার শ্লেষ্মাত্মক ঝিল্লিতে প্রদাহ জন্মে, সুতরাং অবিরত তাহার গাত্র হইতে শোণিতের জলীয়াংশ শ্লেষ্মারূপে নিঃসৃত হইতে থাকে। নস্য সেবনে আঘ্রাণ স্নায়ুর ক্রিয়া মন্দ হইয়া যায়, এজন্য অল্প দুর্গন্ধ ও সুগন্ধ কিছু কিছু নাসিকার গ্রাহ্য হয় না। বসন্তকালে যখন গোলাপ, কামিনী যূথী ও মল্লিকাদি পুষ্পের দূরগামী ও জনমনোহারী গন্ধে অন্ধ হইয়া ভৃঙ্গগণ গুঞ্জ করিয়া বেড়ায়, তখন নাসারন্ধ্রকে নস্য পূর্ণ করিয়া রাখিলে ইচ্ছা করিয়া আঘ্রাণ সুখের দ্বার রুদ্ধ করিয়া রাখা হয়। বহুকাল ব্যবহার করিলে তালুর প্রান্তস্থ

মাংস পেশী সকল শিথিল হয়, এজন্য অনুনাসিক বর্ণ উচ্চারণের ক্ষমতা থাকে না; অনেক প্রাচীন নস্য-সেবকের বাগ্যন্ত্রে গঙ্গা বঙ্গ প্রভৃতি শব্দ সকল যে গগ্গা বগ্গ রূপে উচ্চারিত হয় তাহার এই কারণ। অতিরিক্ত নস্য ব্যবহারের আর এক প্রধান দোষ এই যে, উহার কিয়দংশ গলনলী দিয়া আমাশয়ে প্রবিষ্ট হয় এবং মন্দাগ্নি ও রক্তামাশয় প্রভৃতি রোগ উৎপন্ন করে। নেপোলিয়ন বোনাপার্ট অপরিমিত নস্য ব্যবহার করিতেন বলিয়া রক্তামাশয় রোগে আক্রান্ত হইয়া প্রাণত্যাগ করিয়াছিলেন ১। তিনি প্রায় সমুদায় ইয়ুরোপ জয় করিয়াছিলেন কিন্তু সামান্য নস্যকে পরাভব করিতে পারেন নাই; "কদভ্যাস সর্ব্বাপেক্ষা বলবান্।"

চিকিৎসা শাস্ত্রে তামাকের এই কয়েকটি গুণ দৃষ্ট হয়, যথা স্নায়বীয় অবসাদক, বমন কারক, লালানিঃ-সারক, রেচক, কীটনাশক, রুক্ষ, আক্ষেপনিবারক এবং মাদক ২। চুঁয়াইলে উহা হইতে যে তৈল নির্গত হয় তাহা জীবের শরীরে বিষের কার্য্য করে। উহা সুরাসার অহিফেন গাঁজা প্রভৃতি সমুদায় মাদক অপেক্ষা তীব্র এবং বিষধর্ম্মী; কোন ইউরোপীয় চিকিৎসক একটা কুকুরের গলদেশস্থিত শিরাতে ৩ ছিদ্র করিয়া তাহাতে প্রথমে সুরাসার ও তৎপরে অহিফেনের পিচকারী

১ Anatomy of Drunkeness.
২ Waring's Theraputic.
৩ Jogular vein.

দিয়াছিলেন। তাহাতে কুকুরের কোন দৈহিক ক্রিয়ার ব্যতিক্রম হয় নাই, অপর এক দিন এক বিন্দু তামাক-তৈল ঐ রূপে শিরাস্থ করিলে সে দুই বিপলের মধ্যে প্রাণত্যাগ করিল। নলিচাতে যে তামাকের কাইট পড়ে, তাহাতে ঐ তৈল বিদ্যমান আছে; উহা যে বিষস্বরূপ, তাহা কাহারও অবিদিত নাই। কাফ্রিরা এইমত তামাকের কাইট দিয়া সর্প বিনষ্ট করিয়া থাকে। ইউরোপীয় চিকিৎসকেরা অন্ত্রবন্ধ রোগে এবং অন্ত্রবৃদ্ধি আবদ্ধ হইলে তাম্রকূটের পিচকারি দান করিতেন। তদ্ভিন্ন ধনুষ্টঙ্কার লিঙ্গ নালাক্ষেপ প্রভৃতি রোগেও উহা ব্যবহৃত হইত; কিন্তু তামাকের সাংঘাতিক বিষধর্ম্মী তৈল দ্বারা বিস্তর বিপদ সংঘটিত হওয়াতে উহা এক্ষণে পরিত্যক্ত হইয়াছে, এবং অন্যান্য ঔষধ তাহার পরিবর্ত্তে নির্ভয়ে ব্যবহৃত হইতেছে; গাঁজা, সুরা, চরস ও অহিফেনের সার ভাগ প্রভৃতি সকল মাদক অপেক্ষা, নিকটিন নামক তামাক তৈল ভয়ানক বিষ; ইহা অধুনাতন রসায়ন বিদ্যা ও দ্রব্যগুণবিদ্যাবিৎ পণ্ডিতেরা পরীক্ষা দ্বারা স্থির করিয়াছেন।

পূর্ব্বেই উক্ত হইয়াছে গুড় মিশ্রিত হওয়াতেই তামাকের গুড়ুক নাম হইয়াছে। ইহার ধূম পান করিবার পূর্ব্বে হুকা, আলবোলা, শটকা, বিদূরি, ফরসী প্রভৃতির জলে অনেক বিশোধিত হইয়া আসে বটে, কিন্তু সম্পূর্ণ রূপে পরিষ্কৃত হইতে পারে না। এ কারণ নলিচা ও কলিকার অন্তর্ভাগের ন্যায় গল-নালীতেও কাইট সঞ্চয় হইয়া থাকে এবং বায়ুনলীর

মাংসত্বক্ ও স্নায়ু সকল শিথিল হওয়াতে এমন স্পর্শ-শক্তি-হীন হইয়া পড়ে, যে পুনঃ পুনঃ তাহাতে তীব্র ধূম না লাগিলে আর সাড় হয় না। বায়ুকোষস্থিত স্নায়ু সকলের স্থিতিস্থাপকতা গুণ ক্রমে হ্রাস হইয়া আসে; বৃদ্ধাবস্থার অনেক পূর্ব্বে যে অধিকাংশ লোক কাশ রোগাক্রান্ত হয়, অপরিমিত ধূমপান তাহার এক কারণ নির্ণীত হইয়াছে।

তাম্রকূট ধূমপানে ক্ষুধামান্দ্য করে; ক্ষুধার সময়ে ধূমপান করিলে বুভুক্ষার সহিত দৈহিক বল ও ক্ষণকালের জন্য তিরো-হিত হয় এবং পিপাসার বৃদ্ধি হইয়া থাকে; শরীরের পোষণ ক্রিয়ার ও হ্রাস হয়; তন্নিবন্ধন দেহ শীর্ণ দুর্ব্বল ও পাণ্ডুবর্ণ হয়, এবং বিবিধ স্নায়ু-শূল উপস্থিত হইয়া থাকে; কচিৎ মদাতঙ্কের ন্যায় লক্ষণও প্রকাশ পায়। ৫। পিত্তপ্রধান ধাতুতে ধূমপান করিলে মধ্যে মধ্যে ভেদও বমন হয় এবং তাহাতে নেসা হইলে ক্রমে শিরোঘূর্ণন, শারীরিক অবসাদন, পেশী-সকলের শৈথিল্য, নাড়ীর দৌর্ব্বল্য, ঘর্ম্ম, শরীরের শীতলতা প্রভৃতি সাংঘাতিক লক্ষণ সকল প্রকাশ পায়। বায়ুপ্রধান ধাতুতে অধিকতর নেসা, মূর্চ্ছা ও মৃত্যু পর্য্যন্ত হইয়া থাকে; কারণ উক্ত ধাতুসম্পন্ন ব্যক্তির চঞ্চল স্নায়ুমণ্ডলের ক্রিয়া গুড়ুকের আক্ষেপ নিবারক গুণে একেবারে মন্দীভূত হইয়া পড়ে, এই নিমিত্ত মল্লভূমিতে অঙ্গচালনা সময়ে জল ও ধূম-

---

৪ Practice of medicine by D. D. Cur.

পান করিতে নিষেধ আছে,—এই জন্য দ্রুত আসিয়া ধূমপান করিলে লোকে স্তম্ভিত ও মূর্চ্ছাপন্ন হইয়া পড়ে।

তামাক দন্তশোধক নহে।

দন্তমূল দৃঢ় হইবেক বলিয়া অনেক ব্যক্তি তামাকের গুল চূর্ণে দন্ত মার্জ্জন করে; অনেকের এই সংস্কার আছে যে উহার ধূমপানে দন্তমূলের দৃঢ়তা ও শুদ্ধি হয়; যাহারা শুকা খায়. এবং যাহারা তামাক পোড়া দন্তে দেয়, তাহাদের সকলেরই এই বিশ্বাস। চিকিৎসকেরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছেন, তামাক দ্বারা দন্তের উপকারের পরিবর্ত্তে অপকারই হইয়া থাকে। মাড়ি দৃঢ় থাকিলেই দন্ত অলড় ও দৃঢ় থাকে। তামাক দ্বারা যখন মাংস পেশী শিথিল হইয়া যায়, তখন দন্ত সকলও শ্লথমূল হইয়া পড়ে। গুলচূর্ণে দন্ত মার্জ্জন করিলে উহার কণা সকল দন্তমূলে সঞ্চিত হয়, এবং ক্রমে মাড়িকে শিথিল করিয়া ফেলে। পারদ সেবন, ঊর্দ্ধ শ্লেষ্মা বা পুরাতন উদরাময় প্রভৃতির জন্য মাড়ি শিথিল হইলে তামাকের দ্বারা উহার প্রতিকার চেষ্টা না করিয়া নিম্ব বকুল ও খদিরাদির কাষ্ঠে দন্ত ধাবন করিলে. এবং কষজলে কুলি করিলে উপকার পাইবার সম্ভাবনা। তামাকের অবসাদক গুণে দন্তমূলের স্নায়ু সকল অসাড় হইলে কিয়ৎক্ষণ ক্ষতজনিত যন্ত্রণা স্থগিত থাকে বটে; কিন্তু এমত বিষময় সামগ্রীর পরিবর্ত্তে অন্য ঔষধ সেবন করা কর্ত্তব্য।

শিশুদের এবং যাহারা তামাক খাওয়া অভ্যাস করে নাই, তাহাদের দন্তপাঁতি কেমন সাদা, শক্ত ও সুশ্রী।

তামাক দ্বারা স্নায়ু দৌর্ব্বল্য।

এক্ষণে অনেক ব্যক্তিকে স্নায়ুদৌর্ব্বল্য রোগে আক্রান্ত হইতে দেখা যাইতেছে। ইংরাজিতে ইহাকে "নার্ভসডিবিলিটি" কহে। শুক্রক্ষয়, দুশ্চিন্তা ও অপরিমিত তামাকের ধূমপান ইহার কারণ বলিয়া চিকিৎসকেরা নির্দ্দেশ করিয়াছেন। কলিকাতা মেডিকেল কলেজের অন্যতম অধ্যাপক মৃত মৌলবী তমিজ খাঁ কহিয়াছেন. তিনি এই স্নায়ুদৌর্ব্বল্য নামক বায়ু কুপিত রোগাক্রান্ত অনেক রোগীর চিকিৎসা করিয়াছিলেন; তন্মধ্যে প্রথমোক্ত দুই কারণে যাহাদের রোগ হইয়াছিল, তাহাদিগকে সংযত ও স্ফুর্ত্তিযুক্ত থাকিতে ব্যবস্থা দিয়া এবং পুষ্টিকর আহার ও বলকর ঔষধ দিয়া নীরোগ করিয়াছিলেন। আর তাম্রকূট সেবন যাহাদিগের রোগের কারণ, তাহাদিগকে আরোগ্য করিতে পারেন নাই; তামাকের অবসাদনগুণে তাহাদের মেরুদণ্ডস্থ মজ্জা ও তাহার শাখাপ্রশাখা এমন দুর্ব্বল হইয়া পড়িয়াছিল, যে কুঁচিলা ও লৌহঘটিত স্নায়বীয় উত্তেজক ঔষধ সেবন দ্বারা তৎসমুদায় প্রকৃতস্থ হয় নাই। তাম্রকূট ধূমপায়ী এইমত আটাইশ জন রোগীর মধ্যে কেবল চারি জন তামাক ত্যাগ করাতে বিনা ঔষধে আরোগ্য লাভ করিয়াছিল।

স্মৃতিশক্তির হ্রাসতা।

তাম্রকূট সেবন দ্বারা স্মৃতিশক্তির হ্রাস হইতে দেখাযায়। ইহার অবসাদক ও মাদকতা গুণে মস্তিষ্ক ও স্নায়ুমণ্ডল ক্ষীণ হইয়া পড়ে, তখন তাহাদের স্বাভাবিক ক্রিয়ার ও ব্যতিক্রম জন্মে। পাকযন্ত্রের সহিত মস্তিষ্কের অতি নিকট সম্বন্ধ। তাম্রকূট ধূমপানে বা উহার চর্ব্বণে অথবা অপরিমিত নস্যগ্রহণে পাকযন্ত্রের দোষ জন্মিলে মস্তিষ্কে তাহার ক্রিয়া প্রতিফলিত হয়, একারণ অনেকের স্মৃতিশক্তি হ্রাস হইতে দৃষ্ট হয়; তামাক দ্বারা স্মৃতিশক্তি যাহাদের হ্রাস হয় তাহারা সকল কথা এককালে গুছাইয়া বলিতে পারে না, কিন্তু ধূমপান অথবা এক টিপ নস্যগ্রহণ করিবামাত্র সে ভাব পরিবর্ত্ত হয়, তখন তাহাদিগকে স্ফূর্ত্তিযুক্ত, সদ্বক্তা ও অনেক কথা স্মরণ করিয়া বলিতে সক্ষম দৃষ্ট হয়।

আস্বাদন।

তাম্রকূট সেবন দ্বারা আস্বাদনের ব্যতিক্রম হয়। যে কখন তামাক খায় নাই, সকল আহারীয় সামগ্রী তাহার রসনায় সুস্বাদ বোধহয়; তামাকের ধূমপান ও চর্ব্বণাদি দ্বারা যাহাদের মুখগহ্বরের শ্লেষ্মাত্মক ঝিল্লি ও রসনার স্নায়ুসকল অবসাদযুক্ত হইয়াছে, এবং লালার অপক্ষয়ে মুখ বিরস হইয়াছে, সে ব্যক্তির মুখে ভাল সমগ্রীও মন্দ বলিয়া বোধ হয়। অধিক ঝাল, টক, মিষ্ট, বা মসলাযুক্ত না হইলে তাহার

মুখে ব্যঞ্জনাদি সুরস বোধ হয় না। যিনি ইহা বিশ্বাসের অযোগ্য মনে করিলেন, তাঁহাকে এই অনুরোধ করি, তিনি তামাক ত্যাগ করিয়া দেখুন, দগ্ধ বার্ত্তাকুমাত্র দিয়া অন্নাহার করিলেও তাঁহার সুস্বাদ ও তৃপ্তিবোধ হয় কি না?

প্রকৃতির প্রিয় সন্ততি আরণ্য মৃগ পক্ষীগণ! বন্য ফল ও তৃণ পত্রাদি ভক্ষণ ও নির্ম্মল জল পানকরিয়া তোমরাই অমৃতপান তুল্য তৃপ্তি লাভ কর; দেবসুলভ অমৃত কেবল কল্পিত বস্তু মাত্র।

হৃৎস্পন্দন।

চিকিৎসক দিগের মধ্যে অনেকে অনুমান করেন, যদিও শোক ও মনস্তাপ হৃৎস্পন্দনের কারণ, কিন্তু তাম্রকূট সেবন দ্বারা পাকযন্ত্রের দোষ জন্মিলে এই রোগের উৎপত্তি হয়। আর তামাকের মাদকতাগুণে হৃৎপিণ্ডের পেশীসকল যখন শিথিল হইয়া পড়ে তখন শোণিত সঞ্চালন কালে উহার অতিশয় স্পন্দন হইতে থাকে। ধূমপানের সময় সোষটানের পরেই অল্প বা অধিক পরিমাণে স্পন্দন হৃদয়ে অনুভব হয়, ইহাতে তাম্র-কূটসেবন হৃৎকম্পন রোগের অন্যতম কারণ বলিয়া যে অনুমিত হইয়াছে, তাহা কখনই মিথ্যা বলিয়া বোধ হয় না।

কাশ।

ধূমপানে আর আর অনেক পীড়া জন্মে; তন্মধ্যে কাশই প্রধান। কোন একজন বিচক্ষণ চিকিৎসক কহিয়াছেন, দীর্ঘকাল

তাম্রকূট ধূম পান করিলে যাহার কাশ না হয়, এমন ব্যক্তি কুত্রাপি দৃষ্ট হয় নাই। তামাকের অবসাদক গুণে বায়ুকোষস্থিত স্নায়ু সকল যখন অতিশয় দুর্ব্বল ও শ্লেষ্মাত্মক ঝিল্লি শিথিল হইয়া পড়ে, তখন উৎকাশ উপস্থিত হইলে ঐ যন্ত্র বায়ুপূরিত হইয়া আর যথাযথ পরিমাণ বিবৃত হইতে পারে না, সুতরাং উহার সূক্ষ্ম কৈশিকার কোন স্থান ছিন্ন হইয়া যায; সেই ছিন্নভাগ ক্রমে ক্ষতরূপে পরিণত হইলে ক্ষয়কাশ হইয়া পড়ে।

শ্বাস-কৃচ্ছ্র।

সকলেই শুনিয়াছেন, বহুদিন যাহারা ধূমপান অভ্যাস করিয়াছেন, তাহাদের ফুস্ ফুস্ হইতে শাঁই শাঁই করিয়া শব্দ নির্গত হয। ইহারা অধিকক্ষণ দম রাখিতে পারে না ঘন ঘন শ্বাস ফেলে; ঘনশ্বাসী অল্পায়ু হয়; যাহাদের নিঃশ্বাস ক্রিয়া মৃদু ও বিলম্বে হয়, তাহাদের শ্বাসযন্ত্র নীরোগ ও সবল; তাহারাই দীর্ঘজীবী। যোগ শাস্ত্রে রেচন পূরণ ও কুম্ভকের যে বিধি আছে, তাহা পরম জ্ঞানী ঋষিগণ প্রোক্ত; ইহার নাম প্রাণায়াম। আয়ুর দীর্ঘতা সম্পাদনই প্রাণায়ামের উদ্দেশ্য ধূমপানে যাহার শ্বাসকৃচ্ছ্র জন্মিয়াছে, তিনি বেগে চলিতে ও অধিক কথা কহিতে পারেন না। এক কালে ত্রিশটী শব্দ বলিতে পুনর বার তাঁহাকে খুক্ খুক্ করিয়া কাশিতেই হইবেক।

তামাক দৈহিক তাপের উৎপাদক নহে।

মদ্যাদি মাদক দেহের তাপ উৎপাদক। তামাক অবসাদক। উহাতে তাপের হ্রাস বই বৃদ্ধি হয় না। অধিক শ্রমের পর ধূমপান করিলে যে কিঞ্চিৎ বিশ্রাম বোধ হয়, ইহার অবসাদক গুণই তাহার কারণ। তাপই জীবন। তাপের অপগমে স্বাস্থ্যহানি হয়। শ্রান্তিদূর করিবার জন্য শীতল জলবায়ুই সহজ উপায়। তামাক দ্বারা বিশ্রাম লাভের চেষ্টা স্বভাব বিরুদ্ধ।

তামাকের বিরেচন শক্তি।

তামাকের বিরেচন শক্তি আছে, এজন্য শৌচে যাইবার পূর্ব্বে অনেকে ইহার ধূম পান করে। প্রথমে কিছুদিন ইহাতে উপকার বোধ হয়, কিন্তু ধূমপানে অভ্যাস হইয়া গেলে, ইহার তাদৃশী ক্রিয়া দৃষ্ট হয় না। প্রাতে ও অপরাহ্নে উবু হইয়া বসিয়া বহুক্ষণ পর্য্যন্ত তামাক না টানিলে আর তখন শৌচের বেগ আইসে না। কারণ পাকক্রিয়ার সহায়তা ও মল নিঃসরণ জন্য আমাদের অন্ত্রে স্বতঃই এক প্রকার আকুঞ্চন হইতেছে; ইহাকে ইংরাজিতে "প্যারিসট্যাল্টিক বা ভার্মিকারম্ মসন" কহে। তামাকের অবসাদক গুণে ঐ মসন ক্রমে মন্দীভূত হইয়া আইসে; সুতরাং তাহা দ্বারা সহজে আর মল নিঃসৃত হইতে পারে না। এইরূপে কোষ্ঠাশ্রিতবায়ু নামক রোগ আসিয়া জন্মে। পরলোকগত কবিবর ঈশ্বরচন্দ্র গুপ্ত একটা বিদ্রি

লইয়া পাইখানায় যাইতেন এবং শৌচে বসিয়া তামাকের ধূমপান করিতেন; শুনিয়াছি এরূপ না করিলে তাঁহার কোষ্ঠ শুদ্ধি হইত না।

ধূমপান অনুরোধে অনেক সংক্রামক রোগও মনুষ্যের শরীরে আসিয়া প্রবিষ্ট হয়। এক জন উপদংশ রোগাক্রান্ত ব্যক্তির হুঁকাতে তামাক খাইয়া তাহার লালা সংযোগে কোন এক ব্যক্তির দন্তমূল স্ফীত ও ক্রমে ক্ষতযুক্ত হইয়াছিল। প্রকৃত রোগাক্রান্ত ব্যক্তির ন্যায় তাহাকে কিছু দিন ঔষধ সেবন করিতে হইয়াছিল।

ধূমপানের আর একটি প্রধান দোষ এই যে মধ্যে মধ্যে তাহার সেবা না করিলে কেহই নিয়ত পরিশ্রম করিতে পারে না। যাহার এ অভ্যাস নাই সে ব্যক্তি অবিশ্রামে পাঁচ ছয় ঘণ্টা পরিমিত পরিশ্রম করিতে পারিবে; সহসা শ্রান্তি আসিয়া তাহার শরীরে আবির্ভূত হয় না; কিন্তু ধূমপায়ী তামাক না খাইলে কোন মতে দুই ঘণ্টা কাল স্থির হইয়া পরিশ্রম করিতে পারিবে না। যদি তামাক খাইতে না পায়, তবে আর পরিশ্রম করিতে পারে না এবং তাহার শরীর গ্লানিযুক্ত ও স্তম্ভিত হইয়া পড়ে। অনেককে এই জন্য খিট্খিটা হইতে দেখা যায়।

আমরা যে সকল দ্রব্য ব্যবহার করি, তাহার কতকগুলি দেহরক্ষা, ও কতক বা বিলাসিতার জন্য আহৃত হয়; তামাক দ্বারা এ দুয়ের কিছুই সাধিত হয় না। প্রত্যুত অনেক অপ-

কারের সম্ভাবনা, এবং তাহাতে যে অর্থ ব্যয়িত হয়, তাহাও অনর্থ স্বীকার করা কর্ত্তব্য। কেহ যদি দিবারাত্র মধ্যে ছয় ছিলিম মাত্র তামাক খান, এবং তাহার মূল্য যদি অর্দ্ধ পয়সা ধরা যায়, তবে মাসে কিঞ্চিদূন চারি আনা ব্যয় হইল। বৎসরে তিন টাকার তামাক তাঁহাকে ক্রয় করিতে হইতেছে। তিনি যদি ১৫ বৎসর বয়স্ক কালে এ অভ্যাসের আয়ত্ত হইয়া থাকেন; এবং পঞ্চাশ বৎসর বয়সে তাঁহার মৃত্যু হয়, তবে ধূমপানের অনুরোধে তাঁহাকে ৩৫ বৎসরের মধ্যে ১০৫ টাকা ব্যয় করিতে হইল। স্বাস্থ্য রক্ষা, স্বদেশের শুভসাধন, পোষ্যবর্গের সুখোন্নতি, জ্ঞান প্রচার প্রভৃতি আবশ্যক বিষয়ে এ অর্থ ব্যয়িত হইল না; যাহাতে ব্যয় করিলেন, তাহা আলস্য প্রভৃতি রোগের কারণ এবং পুত্র ও ছাত্রদিগের পক্ষে কুদৃষ্টান্ত হইল।

যিনি সূক্ষ্মদর্শী, সময়ের অত্যল্প অংশ অনর্থ নষ্ট করা ও তাঁহার নিকটে মহৎ দোষ রূপে প্রতীত হয়। ধূমপায়ীর প্রত্যেক ছিলিম তামাক বা চুরট খাইতে যদি দশ মিনিট কাল অতীত হয়, তবে ছয় বারে এক ঘণ্টা, সুতরাং মাসে এক দিন ছয় ঘণ্টা এবং বৎসরে পনর দিন গত হয়। তিনি যদি পঞ্চাশ বৎসর জীবিত থাকেন, আর পঞ্চদশ বৎসর বয়স্ক সময়ে এ অভ্যাস করিয়া থাকেন, তাঁহার জীবনের এক বৎসর পাঁচ মাস পনর দিন কাল তাম্রকূট-ধূম দ্বারা গলনলীকে পরিতপ্ত করিতে অতিবাহন করিলেন; অনুধাবন করিয়া দেখিলে ইহা এক সামান্য কৌতুক নহে!!

যদি সময় ও ধন এই দুয়ের সার্থক ব্যবহার আমাদিগের বঙ্গীয় বালকদিগকে শিখান শিক্ষকও অভিভাবকদিগের কর্ত্তব্য হয়,—যদি তাঁহারা মাদক সেবন অনুচিত ও অনিষ্টকারী জানিয়া আপনাপন পুত্র ও ছাত্রদিগকে তাহা হইতে অন্তর রাখা কর্ত্তব্য বোধ করেন, তামাক যদি প্রকৃত মাদক বলিয়া তাঁহাদের জ্ঞান থাকে, তবে অগ্রে এ অভ্যাস শিক্ষকের ও গৃহের কর্ত্তপক্ষদের পরিত্যাগ করা উচিত। কারণ তাঁহারাই শিশুদের সদভ্যাস শিক্ষার আদর্শ।

অনেকে মনে করেন, অন্যান্য মাদক দ্রব্যের তুলনায় তামাক অতি সামান্য অথবা ইহাকে মাদকই বলা যাইতে পারে না; কারণ ইহা এক প্রকার নিত্য ব্যবহারের জিনিষ হইয়া পড়িয়াছে, এবং ইহা না হইলে চলে না; যদি তাহাই হইল, তবে তামাক সামান্য নহে; এক দিন গাঁজা ও মদ না খাইয়া থাকিতে পারে, আফিম ও তামাক না খাইলে লোক এক দিন থাকিতে পারে না, সুতরাং যাহা না হইলে চলে না, তাহাকেই বড় বলিতে হইল। অতএব তামাককে আফিমের হৃদয়াধিক মিত্র; গাঁজার কনিষ্ঠ ভ্রাতা ও সুরা রাক্ষসীর পিতা বলিয়া রূপক করিলেও অসঙ্গত হয় না।

এক্ষণে পূর্ব্বাপেক্ষা বিস্তার আলোচনা ও সুরাপান প্রভৃতি মাদকসেবন হইতে লোককে বিরত রাখিতে অনেক চেষ্টা হইতেছে। এ সময়ে যদি স্বদেশহিতৈষী ব্যক্তিরা গুড়ুককে সামান্য বোধ করেন, এবং তাহার প্রলোভন হইতে বালক-

দিগকে অন্তর রাখিতে সচেষ্ট না হন, তবে জানিয়া শুনিয়া তাঁহাদিগের এক প্রকার প্রাচীন গুড়ূকভক্তদিগের উৎসাহ দানের পোষকতা করা হইবে।

প্রাচীন গুড়ূকভক্তেরা কোন বালককে তামাক সাজিতে দেন; সে কলিকাতে অগ্নি দিয়া ফুৎকার দিতে দিতে আইসে; এই কালে কলিকাতে একপ্রকার মিষ্ট ও সোঁদাগন্ধ নির্গত হয়, বালক তাহার আঘ্রাণে সুখানুভব করে। (এই কারণে অনেক বালককে ফুঁ দিয়া তামাক পোড়াইয়া আনিতে দেখা যায়) ইয়ুরোপে নাইট্রস্ অক্সাইড্ নামক যে মাদক দ্রব্য আছে, তাহার সহিত এই গন্ধের অধিক বিশেষ নাই। অধিকন্তু তালুতে গুড়ূকের এই ধূম মিষ্টাস্বাদ অনুভূত হয়; সুতরাং বালক তৎকালে তাহার স্বাদ গ্রহণের সুবিধা পাইলেই তাহাতে বিমুখ হয় না। যদি তখন না পায়, অন্য সময়ে প্রস্তুত করিয়া উক্ত ধূমদ্বারা আপন অভিনব জাত পিপাসা শান্তি করে, এই রূপে বর্ত্তমান সময়ে লোকে প্রথম গুড়ূক খাইতে শিক্ষা করে।

অনেক নিষ্কর্ম্মা সমাজের অনিষ্টকারী ব্যক্তি তামাক সাজিবার সুবিধা হইবেক বলিয়া বালকদিগকে গুড়ূক খাইতে শিখায়। এবং অনেক কৃত্রিম গুণের ব্যাখ্যা করিয়া কৌতুক উৎপাদনানন্তর লোককে গুড়ূকে প্রবৃত্তি জন্মাইয়া দেয়। আমি এক ব্যক্তিকে গুড়ূকের নিম্নলিখিত মাহাত্ম্য বলিতে শুনিয়াছিলাম;

"কলিকা কালিকা দেবী, জাঠি (নলিচা) মহেশ্বর ৷
আপনি জাহ্নবী দেবী, হুক্কার ভিতর ॥

নল বয়ে জল যদি উদরস্থ হয়।
শরীরের পাপ কভু তিলার্দ্ধ না রয়॥
কল্কায় আগুণ রেখে, যদি একবার খুঁচে।
ঊর্দ্ধবাহু হয়ে তার, চৌদ্দ পুরুষ নাচে॥
এমন হুঁকার নিন্দা, যার মুখে সরে।
সে জন মরে, শৃগাল হয়ে, হুক্কা হুক্কা করে॥

গাঁজা, চরস, সিদ্ধি, আফিন, মদ, গুলি, তাড়ি, ইত্যাদি মাদক দ্রব্য সেবন দ্বারা কোন ব্যক্তির বুদ্ধি ও শরীরের বিকৃতি এবং অবস্থার বৈগুণ্য ঘটিলে তাম্রকূটধূমপায়ী তদ্দৃষ্টে উপহাস করেন ; এবং তাহাকে নেসা-খোর বলিয়া অবজ্ঞা করিয়া থাকেন; কিন্তু আত্মদোষ কেহ সহজে দেখিতে পায় না, বলিয়া, তৎকালে আপনাকে উক্ত শ্রেণীতে নিবিষ্ট করেন না। যদি তিনি কোন ব্যক্তিকে গুড়ুকের ধূমপান করিবার সময়ে অবহিত হইয়া দেখেন, তাহার শোষটান, ধূঁয়াছাড়া, মুখের গন্ধ, বসিবার ভঙ্গি, নিষ্ঠীবন ত্যাগ, নেত্রের আকুঞ্চন, অঙ্গের লালাতে মুখদান, উৎকাস, এবং অপরকে হুঁক্কা দিতে অনিচ্ছা প্রভৃতি দর্শন করিলে তাঁহার কি মনে হয়? সে ব্যক্তিকে পূর্ব্বতন কালের হিন্দুদের মত কি সভ্য ও শুচি বোধ হয়? স্বভাবকে পরিত্যাগ করিয়া একটা বিকৃতিকে আশ্রয় করিয়াছে বলিয়া কি তাহাকে বোধ হয় না? ধূমযন্ত্র ধারণ করিয়া একটী দিব্য চেতন-যন্ত্র হইয়াছে বলিলে কি অসঙ্গত হয়? যাহা হউক, তাম্রকূট সেবকেরা এমন মনে করিবেন না যে তাঁহারা নেসা-খোর অপবাদ হইতে মুক্তি পাইতে পারেন। ডাক্তার রবর্ট ম্যাকনিস্

বহু প্রমাণ প্রদর্শন করিয়া স্বপ্রণীত গ্রন্থমধ্যে লিখিয়াছেন, যে তামাক সুরার প্রায় সমতুল্য মাদক ; এবং তাহার সেবকেরাও এক প্রকার নেসা-খোর মধ্যে গণ্য।*

এ দেশের চাষী, ভিক্ষুক, মধ্যবিত্ত লোক সকলেরই গুড়ুকের ধূমপান এমন অভ্যাস পাইয়াছে, যে তাহা আর নেসা বলিয়া গণ্য হয় না। অন্যের কথা দূরে থাকুক, যে আর্য্যবংশ-সম্ভূত ব্রাহ্মণ জাতি একটী শব্দ উচ্চারণ করিয়া আচমন ও বিষ্ণুর নামোচ্চারণ করিয়া মুখকে পবিত্র করিতেন, অধুনা গুড়ুক ও নস্য সেবন দ্বারা তাঁহাদের সন্তানদিগের মুখনাসিকা ক্লিন্ন দৃষ্ট হয় ; নস্য ব্যবহারের পরে শ্লেষ্মা ত্যাগ করিয়া কাহাকেও অঙ্গুলীধৌত করিতে দেখা যায় না ; ধূমপানের পরে বিষ্ণুর নাম গ্রহণানন্তর আপনাকে পবিত্র করা দূরে থাকুক, আচমনও করেন না ! তামাক যে নেসার জিনিষ তাহা তাঁহারা এককালে বিস্মৃত হইয়াছেন ! !

পাঠক মহাশয়েরা যদি ইহা মাদক বলিয়া এখন স্বীকার করেন, এবং স্বস্ব বালকদিগকে এই কদভ্যাসের বশীভূত হইতে দেওয়া তাঁহাদের অনুচিত বোধ হয়, তবে পশ্চাল্লিখিত কএকটী বিষয়ে তাঁহাদের সর্ব্বদা দৃষ্টি রাখা কর্ত্তব্য।

---

*. From several of the forgoing circumstances we are justified in considering Tobacco closely allied to intoxicating liquors, and its conformed votaries as a species of *drunkards*.

১ কোন বালককে তামাক সাজিতে আদেশ করিবেন না।

২ তামাকের গুলচূর্ণের পরিবর্ত্তে অঙ্গারচূর্ণ ও ঘুঁটের ছাই দিয়া দন্ত মার্জ্জন করিতে কহিয়া দিবেন।

৩ কোন বালক নিকটে থাকিলে গুড়ক খাইবেন না, অভ্যাসবশতঃ যদি নিতান্ত না থাকিতে পারেন, এমন সাবধানে ধূম ত্যাগ করিবেন, যেন সে বালকের নাসিকাতে তাহার গন্ধ না প্রবেশ করে।

৪ যে সকল বালকের ধূমপানে অভ্যাস হইয়াছে, তাহাদের সংসর্গে আপনাপন বালককে থাকিতে দিবেন না।

৫ বিদ্যালয়ের জল-খাইবার ঘরে অথবা তাহার সন্নিহিত কোন স্থানে বালকদের ধূমপানের সুবিধা না থাকে, বিদ্যালয়ের অধ্যক্ষ ও শিক্ষক মহাশয়দিগের তদ্বিষয়ে সতর্ক থাকা উচিত।

বাটী ও বিদ্যালয়ে বালকদিগকে মধ্যে মধ্যে এমন উপদেশ দিতে হইবেক, যেন তামাককে তাহারা গাঁজা চরস আফিন প্রভৃতির মত মাদক বলিয়া জানিতে পারে।

৭ সম্প্রতি অনেক বালক নস্য লইতে অভ্যাস করিয়াছে। একটী নস্যের কৌটা ও এক খানা রুমাল অনেক বালকের পোসাক রূপে দৃষ্ট হইয়া থাকে, তাহারা কোন পীড়া শান্তির জন্য ঔষধ রূপে উহা ব্যবহার করে না. প্রত্যুত অকারণ ব্যবহার করাতে অশীতি-পর বৃদ্ধের ন্যায় কফ কাসি ও মন্দাগ্নি প্রভৃতি দ্বারা ক্লেশ পায়। প্রিয়-দর্শন তরুণবয়স্ক শিশুরা নস্য লইয়া অসময়ে বৃদ্ধ সাজিলে কাহারো চক্ষে ভাল দেখায় না। অতএব

কেবল অভিভাবক ও শিক্ষক কেন, যাঁহার চক্ষে পড়িবে, তাঁহারই উহা নিষেধ করা উচিত।

আধুনিক ব্রাহ্মদিগের তাম্রকূটধূমপান ত্যাগ করা কর্ত্তব্য হইয়াছে। ভারতবর্ষের প্রাচীন ব্যবস্থাপকেরা হিন্দু সমাজের শান্তি সংরক্ষণের জন্য যে সকল নিয়ম করিয়া দিয়াছেন; নানা অনির্দ্দিষ্ট কারণে তাহার অনেক পরিবর্ত্তন হইয়াছে। সেই সকল দোষ বিশোধনের নিমিত্ত সম্প্রতি যাঁহারা উদ্যুক্ত, তাঁহাদের মধ্যে ব্রাহ্মের সংখ্যাই অধিক। শাক্যসিংহ, ক্রাইষ্ট, মহম্মদ, নানক, চৈতন্য প্রভৃতি ধর্ম্মপ্রবর্ত্তকেরা যে মত আচার ব্যবহারের অনুষ্ঠান করিতেন, তাঁহাদের শিষ্যগণও তাহার অনুরূপ আচরণ করিত। ব্রাহ্মেরা প্রত্যেকেই এক এক জন ধর্ম্ম প্রবর্ত্তক স্বরূপ। তাঁহারা স্বভাব সঙ্গত ধর্ম্ম শাস্ত্রের অনুবর্ত্তী; প্রেয়কে ত্যাগ করিয়া শ্রেয়কে অবলম্বন করা তাঁহাদের কর্ত্তব্য; যাহা কিছু কৃত্রিম, নিষ্প্রয়োজন, তাহা তাঁহাদের ত্যজ্য। তবে তামাকই কি গ্রাহ্য হইবেক? যদি অভ্যাসই হইয়া থাকে, তবে মাদক বলিয়া কি উহা তাঁহাদিগের পরিহর্ত্তব্য নহে? তাঁহারা যদি শাক্ত বা শৈব হইতেন, তবে তান্ত্রিকমতানুসারে তামাকের কথা দূরে থাকুক. তাহার জ্ঞাতি কুটুম্বের সঙ্গে লৌকতা করিলেও কেহ কিছু বলিতে পারিত না। অতএব তাঁহাদের সকলেরই সর্ব্বাগ্রে ধূমপান রূপ মাদকসেবন ত্যাগ করিয়া ধর্ম্ম-ভ্রাতৃগণের সমীপে আদর্শ হওয়া উচিত।

"I believe that no one who smokes tobacco before the bodily powers are devoloped over makes a strong, vigorous man."—Dr. FergusFergusson.

"Few things could be more pernicious for boys, growing youths and persons of unformed constitution, than the use of tobacco in any of its forms."—The Organ of the Tobacco Trade.

"Tobacco impairs digestion, poisons the blood, depresses the vital powers, causes the limbs to tremble, and weakens and otherwise disorders the h eart."—Dr. H. Gibbons.

"In the habit of smoking," says Dr. Muzzy, "there is no small dan ger. It produces a huskiness of the mouth which calls for some liquid ; hence the kindred habits of smoking and drinking."

"I never observed such pallid faces, and so many marks of declining health, nor ever knew so many hectical habits and consumptive affections as of late years ; and I trace this alarming inroad on *young constitutions* principally to the pernicious custom of smoking cigars."—Dr. Waterhouse.

MISCHIEF OF SNUFFING.

"Snuff, by corroding the nerves of the nostrils impairs and often destroys the sense of smelling ;

falling into the mouth the saliva becomes tinctured by it, and the acrimony of the tobacco so much injures the nerves of the tongue that the flavor of fruits and the more delicate foods can not be perceived. Some of the fluid which the glands of the nose discharge will be drawn, tinctured by snuff with saliva into the stomach, and tobacco will bring on all the mischiefs of a bad digestion * * * There is great reason to believe that polypusses in the nose are occassioned by snuff."—Dr. J. Hill, cited, Gentleman's Magazine, Vol. 31, p. 293.

"Snuff, received into the nostrils, to some extent, enters the cavaties opening from them, fills those cavaties, and makes a snuff box of the olfactory appartus. The voice is consequently impaired, sometimes to a remarkable degree. * * * * Moreover, portions of the powder are conveyed into the lungs and stomach and exert upon these organs their deliterious effects."—Dr. J. C. Warren, "Preservation of Health," p. 108.

Sir Astley Cooper, Sir C. Bell, Dr. Arnott, Dr. Agnew, Dr. McAllister, Dr. Coles, Dr. Twitchell, Dr. Warren and a host of others, whose words should be law, proclaim that tobacco is a poison of a virulent type. Those who are in the habit of smoking should totally abstain from their injurious practise.